

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
SELF EFFICACY DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI**



**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Oleh:  
**M.ILHAM PRATAMA**  
**NPM. 1431080160**

**Program Studi : Psikologi Islam**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**RADEN INTAN LAMPUNG**  
**1441/2019**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
*SELFEFFICACY* DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama



**Pembimbing 1 : Supriyati, S.Psi, M.Si**  
**Pembimbing 2 : Iin Yulianti, MA**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTANLAMPUNG  
1441/2019**



## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *SELF EFFICACY* DALAM MENYELESAIKAN SKRISI

Oleh :

**M. ILHAM PRATAMA**  
**1431080160**

*Self efficacy* adalah keyakinan diri untuk dapat menyelesaikan tugas ataupun pekerjaan yang ada pada dirinya. Keyakinan manusia dalam menyelesaikan tugas ataupun pekerjaan dipengaruhi banyak faktor, salah satunya yang terpenting adalah faktor dukungan sosial, bila tidak disertai dengan dukungan sosial yang baik tidak akan menimbulkan keyakinan dalam menyelesaikan tanggung jawab pada diri seseorang.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *self efficacy* dalam menyelesaikan skripsi pada Mahasiswa fakultas ushuludin Uin Raden Intan Lampung. Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa angkatan 2015 di fakultas ushuludin yang dipilih menggunakan teknik *Random Sampling* dengan sampel yang diambil sebanyak 100 responden. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan skala *self efficacy* yang terdiri dari 44 aitem ( $r_{xy} = 0,935$ ) dan skala dukungan sosial yang terdiri dari 50 aitem ( $r_{xy} = 0,835$ ).

Hipotesis dalam penelitian ini adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self efficacy*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala *self efficacy* dan skala dukungan sosial. Analisis data yang digunakan adalah analisis *Produk Momen*.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan *self efficacy* dengan dukungan sosial. Hasil perhitungan dengan menggunakan teknik analisis *Produk Momen* diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,523 dengan signifikan ( $p$ ) sebesar 0,035 ( $p < 0,05$ ) artinya ada hubungan yang positif signifikan antara dukungansosialdengan*self efficacy*padamahasiswa yang mengerjakan skripsi. Sumbangan efektif yang didapat sebesar 30,8 %.

**Kata kunci : *Self Efficacy* , Dukungan Sosial**

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Mengenai *Transliterasi* Arab-Latin ini digunakan sebagai pedoman Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut :

### 1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R	ع	(Komaterbalik di atas)	ن	N
ت	T	ز	Z	غ	Gh	و	W
ث	Ts	س	S	ف	F	هـ	H
ج	J	ش	Sy	ق	Q	ء	(Apostrof, tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
ح	H	ص	Sh	ك	K		
خ	Kh	ض	Dh	ل	L	ي	Y
د	D	ط	Th				

### 2. Vokal

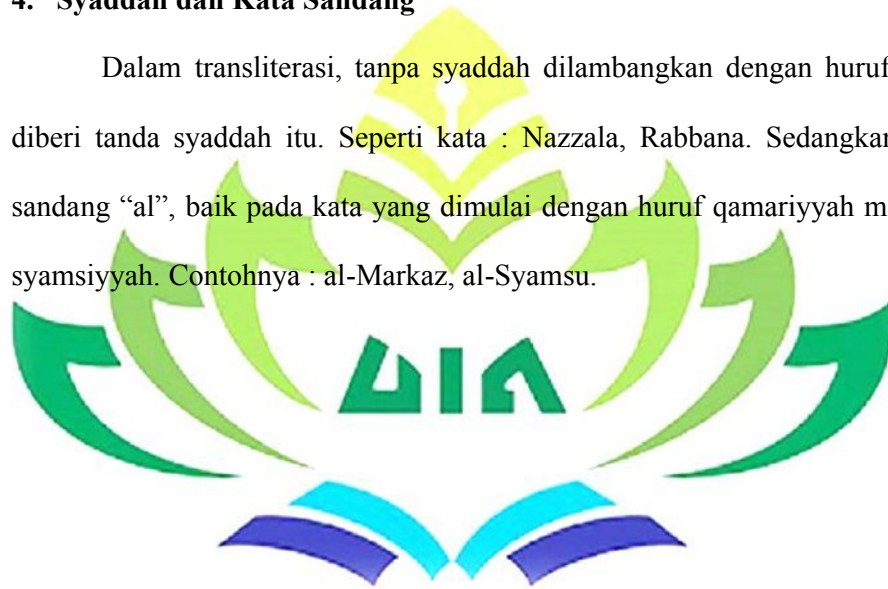
Vokal Pendek		Contoh	Vokal Panjang		Contoh	Vokal Rangkap	
َ	A	جَدَلْ	ا	Â	سَارَ	يْ...	Ai
ِ	I	سَدِلْ	ي	Î	قَيْلْ	وْ...	Au
ُ	U	ذَكِرْ	و	Û	يَجُورْ		

### 3. Ta Marbutah

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata : Thalbah, Raudhah, Jannatu al-Na'im.

### 4. Syaddah dan Kata Sandang

Dalam transliterasi, tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata : Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang "al", baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya : al-Markaz, al-Syamsu.



## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : M.Ilham Pratama

NPM : 1431080160

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “ Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Self Efficacy” merupakan hasil karya peneliti dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Bandar Lampung, 13-05-2019  
Yang Menyatakan,

**M.Ilham Pratama**  
**NPM 1431080160**





**KEMENTERIAN AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

*Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703260*

**PERSETUJUAN**

Judul Skripsi : Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Self Efficacy dalam menyelesaikan skripsi.  
Nama : Muhammad Ilham Pratama  
NPM : 1431080160  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama

**MENYETUJUI**

Untuk dimunagasyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah  
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

  
**Supriyati, S.Psi, M.Si**

**Pembimbing II**

  
**Iin Yulianti, M.A**

**Mengetahui**

**Ketua Prodi Psikologi Islam**

  
**Abdul Qohar, M.Si**  
197103122005611005





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**  
**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

*Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suraimin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703260*

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul : **HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN SELF EFFICACY**. Disusun oleh **MILHAM PRATAMA, NPM : 1431080160**. Prodi : **PSIKOLOGI ISLAM**. Fakultas : **USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**, telah dimunaqosyahkan pada hari/tanggal : **Senin, 19 Agustus 2019**

**TIM DEWAN PENGUJI**

**Ketua : Dr. Abdul Malik Ghozali, Lc, M.A.**

**Sekretaris : Faisal Adnan Reza, M.Psi**

**Penguji Utama : Drs. M. Nursalim Malay, M.Si.**

**Penguji I : Supriyati, S. Psi, M.Si**

**Penguji II : Iin Yulianti, M.A**

**DEKAN**

**Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama**

**Dr. Afif Anshori, M.Ag**

**960031319890031004**





## MOTTO

مَعَنَا اللَّهُ إِنْ تَحْزَنَ لَا

*"Janganlah kamu bersedih, Sesungguhnya Allah beserta kita."*



## PERSEMBAHAN

**Dengan segenap rasa syukur dan terimakasih, saya persembahkan karya kecilku ini untuk:**

1. Ayahanda tercinta “Jamasril” dan ibunda tersayang “Supriyanti” yang selalu mendoakan dan mendukung dalam berbagai hal. Walaupun aku tak dapat membalas semua yang telah kalian berikan tetapi aku berharap karya ini dapat menjadi kebahagiaan kecil yang dapat ku persembahkan untuk kalian
2. Adik ku tercinta “ Arum Nur Meilita “ terimakasih atas segala doa dan dukungan nya serta nasehat-nasehat dan bantuan nya selama ini. Tanpa kalian mungkin aku tidak dapat menyelesaikan karya ini. Aku sangat bersyukur memiliki kakak seperti kalian



## RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Desa JATI BARU, Kecamatan Tanjung Bintang, Kabupaten Lampung Selatan, pada tanggal 06 November 1996. Nama lengkap Muhammad Ilham Pratama anak dari buah cinta kasih pasangan bapak Jamasril dengan Ibu Supriyanti. Peneliti merupakan anak Pertama dari dua bersaudara. Menyelesaikan pendidikan dasarnya di :

TK (taman kanak-kanak) Al-Azhar Jati Baru ( tahun 2002 ),

SD N 03 Jati Baru Kecamatan Tanjung Bintang pada ( tahun 2008 ),

SMP N 01 Tanjung bintang pada ( tahun 2011),

SMA N 01 Tanjung Bintang pada ( tahun 2014).

Keempatnya dijalankan dan diselesaikan dengan lancar, pengalaman selama menjalankan pendidikan tersebut menjadi:

Anggota paskibraka pada tahun 2009-2011 dilanjut menjadi

Anggota Osis pada tahun 2012-2014.

Kemudian langsung melanjutkan pendidikan Perguruan tinggi di UIN Raden Intan Lampung Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama dan mengambil program Studi Psikologi Islam pada ( tahun 2014 ).

Pengalaman organisasi peneliti selama menjadi mahasiswa UIN Raden Intan Lampung :

Anggota HIMAPSI ( Himpunan Mahasiswa Psikologi ) pada tahun 2015-2017.

Bandar lampung , 13-05-2019

Peneliti

**M.ILHAM PRATAMA**  
**NPM 1431080160**

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Rabbil'alamin. Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan hidayah\_Nya yang selalu tercurah hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Tidak lupa shalawat dan salam semoga terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya.

Peneliti sangat menyadari bahwa skripsi yang berjudul Hubungan antara Dukungan sosial dengan self efficacy pada mahasiswa fakultas ushuludin UIN Raden Intan Lampung. Penelitian ini masih banyak kekurangan dalam berbagai hal karena pengetahuan dan pengalaman peneliti masih terbatas. Peneliti menyadari bahwa begitu banyak bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, mulai dari persiapan, tempat, dan pelaksanaan, penelitian ini hingga terselesaikannya skripsi ini. Oleh karena itu peneliti ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Moh. Mukri, M.Ag, selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung
2. Bapak Dr. M. AfifAnshori, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Raden Intan Lampung
3. Bapak Dr. Sudarman ,M.AG selaku Dosen Pembimbing Akademik saya yang selalu memberikan dukungan yang terbaik.
4. Bapak Drs. M. Nursalim malay, M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi Islam UIN Raden Intan Lampung, yang telah memberikan bimbingan dan pepmbelajaran yang sangat bermanfaat, terimakasih atas segala ilmu yang telah bapak ajarkan selama ini.
5. Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam UIN Raden Intan Lampung, yang dengan sabar mengarahkan serta

membantu dalam prses pembelajaran dan dalam proses akademik perkuliahan

6. IbuSupriyati, S.Psi, M.Si danIn Yulianti, S.Psi, M.Si selaku Dosen pembimbing skripsi yang dengan sabar telah memberikan waktu, perhatian serta motivasi yang sangat bermanfaat bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi.

7. Bapak/ Ibu Dosen Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung terimakasih atas segala ilmu yang telah diajarkan kepada penulis selama ini

8. Seluruh Staf dan Karyawan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung terimakasih telah banyak membantu penulis dalam segala hal yang berhubungan dengan akademik selama masa studi dan dalam proses penyelesaian skripsi

9. Ayahanda tercinta Jamasril dan Ibunda tersayang Supriyanti terimakasih atas pelukan hangat kalian, tutur kata dan doa kalian untuk ananda, dan terimakasih atas segala materi yang telah kalian berikan untuk ananda.

10. Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama angkatan 2015 atas partisipasinya menjadi bagian dalam penelitian ini

11. Teman-temanku untuk selamanya Angakatan 2014, Fitri Yatul Ula, Septi Sri Indah Sukasni, Yuda erlangga, M.gigih syahputra, Ilham Kurniawan, Hasanul Riski, Yogi Pratama, dan teman-teman lainnya

yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih untuk waktu dan motivasinya selama ini

12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulisan baik secara langsung maupun tidak langsung selama proses penyelesaian skripsi.

Semoga Allah SWT memberikan balasan atas kebaikan dan dukungan yang selama ini telah diberikan kepada penulis. Akhir kata, penulis berharap semoga karya sederhana ini bermanfaat bagi siapa saja yang membacanya. Aamiin.



Bandar Lampung, 13-05-2019

Penulis

**M.Ilham Pratama**

**1431080160**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI.....</b>	<b>vi</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>xiii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>x</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>xi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB IPENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan penelitian .....	6
C. Manfaat penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. <i>Self Efficacy</i> .....	8
B. Dukungan Sosial .....	16
C. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kecenderungan <i>Self Efficacy</i> .	26
D. Kerangka Berpikir .....	29

E. Hipotesis Penelitian .....	30
-------------------------------	----

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	31
B. Definisi Operasional Penelitian .....	31
C. Subjek penelitian .....	32
D. Teknik Pengumpulan Data .....	32
E. Reliabilitas dan Validitas.....	34
F. Metode Analisis Data .....	35

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Orientasi Kancan.....	36
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian .....	37
C. Hasil Penelitian .....	38
1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	38
2. Statistik Deskriptif Data Penelitian .....	38
3. Uji Asumsi . .....	40
4. Uji Hipotesis.....	42
D. Pembahasan .....	44

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	47
B. Saran .....	47

### **DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Bagan <i>self efficacy</i> .....	12
Tabel 2. <i>Symbolic expoure</i> .....	15
Tabel 3. Kerangka berfikir .....	38
Tabel 4. Daftar anggota populasi.....	40
Tabel 5. Daftar anggota responden.....	41
Tabel 6. Daftar anggota responden.....	48
Tabel 7. Deskripsi subjek penelitian.....	49
Tabel 8. Statistik deskriptif .....	49
Tabel 9. Kategorisasi Nilai Variabel dukungan sosial.....	50
Tabel 10. Kategorisasi Nilai Variabel Self Efficacy .....	
Tabel 11. Uji Normalitas Kecenderungan Dukungan Sosial dan <i>Self Efficacy</i> .....	41
Tabel 12. Uji Linearitas Kecenderungan Dukungan Sosial dan <i>Self Efficacy</i> .....	41
Tabel 13. Hasil Uji Korelasi Product Moment.....	42
Tabel 14. Uji Determinasi.....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Penelitian Dukungan Sosial dan *Self Efficacy*

Lampiran 2. Distribusi Data Hasil Penelitian Skala dukungan Sosial dan *Self Efficacy*

Lampiran 3. Data Tabulasi Penelitian

Lampiran 4. Statistik Deskriptif

Lampiran 5. Uji Normalitas dan Linearitas

Lampiran 6. Uji Hipotesis

Lampiran 7. Surat Perizinan





## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Setiap individu di dalam menjalani kehidupan memiliki sebuah tanggung jawab ataupun sebuah hal yang harus di selesaikan dan dicapai, untuk mencapai sebuah tujuan dibutuhkan beberapa hal sebagai modal dalam melakukan serta mencapai sebuah tujuan dapat di contohkan seperti percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan dan keyakinan yang membuat diri nya mampu merasa mencapai tujuan dalam hidupnya, (Hakim 2004).

Keyakinan akan kemampuan diri atau biasa disebut dengan *self efficacy* berkaitan dengan bagaimana individu merasa mampu untuk melakukan suatu hal (Myers dalam Suseno 2009) lebih lanjut dijelaskan oleh Locke (dalam Suseno 2009) individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan menumbuhkan rasa percaya diri akan kemampuan yang dimiliki individu. Sebuah dukungan memiliki beberapa sumber dan faktor sehingga menimbulkan adanya keyakinan, dukungan itu sendiri dibutuhkan untuk menimbulkan yang dinamakan keyakinan atau percaya terhadap diri, dukungan dapat kita tarik menjadi sebuah komponen yang berhubungan dengan terciptanya keyakinan. Pendapat berikut, Taylor (1995) menjelaskan, dukungan sosial akan lebih berarti bagi seseorang apabila diberikan oleh orang-orang yang memiliki hubungan signifikan dengan individu yang bersangkutan, dengan kata lain, dukungan tersebut diperoleh dari orangtua, pasangan (suami atau istri), anak dan kerabat keluarga lainnya.

Menurut Pikatan (1997) kemampuan dalam melakukan suatu hal yang baik menjadi sebuah tuntunan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan, termasuk disini adalah skripsi sebagai tugas akhir mahasiswa untuk mendapatkan gelar sarjana.

Mahasiswa program S1 memiliki kewajiban dan hal yang akan di capai yaitu karya ilmiah (skripsi) sebagai tugas akhir. Ada dua unsur penting dalam kegiatan skripsi (tugas akhir) yaitu meneliti dan membuat tulisan. Pengetahuan tentang metodologi maupun substansi penelitian sangat dibutuhkan dalam membuat skripsi. Ditambahkan oleh Riewanto (2003) bahwa kegagalan dalam penyusunan skripsi juga disebabkan kesulitan mahasiswa dalam mencari judul, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, dana yang terbatas serta kecemasan saat menghadapi melindungi dari efek yang berbahaya akibat situasi yang penuh tekanan tersebut.

*Self efficacy* sangat berpengaruh dalam proses menyelesaikan skripsi, *self efficacy* berperan penting sebagai penentu gerak awal dalam diri mahasiswa seperti pendapat dari Baron dan Byrne (2005) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai evaluasi diri seseorang terhadap kemampuan atau kompetensi untuk menampilkan tugas, mencapai tujuan dan mengatasi rintangan. Myers (dalam Suseno, 2009) menyatakan *self-efficacy* adalah bagaimana individu merasa mampu untuk melakukan sesuatu. Selanjutnya, menurut Luthans (2006) *self-efficacy* mengacu pada keyakinan individu mengenai kemampuan untuk memobilisasi motivasi, sumber daya kognitif, dan tindakan yang diperlukan agar mencapai keberhasilan dalam melaksanakan tugas yang diberikan.

Berdasarkan hasil wawancara tanggal 12 Oktober 2018, mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi diketahui bahwa ada berbagai kendala dan kesulitan yang dihadapi mahasiswa ketika menyusun skripsi. Seperti yang diungkapkan oleh mahasiswa A, yang menyatakan bahwa kesulitan dalam penyusunan kata-kata dan bercermin dari pengalaman kakak senior yang masih belum menyelesaikan skripsinya sehingga membuatnya semakin yakin bahwa skripsi merupakan tugas yang sulit untuk diselesaikan. Sedangkan pada mahasiswa B kesulitan yang dihadapi adalah dalam menentukan topik penelitian, sehingga harus berkali – kali mengganti topik penelitiannya. Selain kendala tersebut ada pula kendala lain yang mungkin saja ditemui mahasiswa ketika menyusun skripsi seperti kesulitan atau kendala dalam menemukan referensi, kesehatan, dana dan kendala lainnya.

Berbeda dengan mahasiswa A dan B, mahasiswa C dan D menunjukkan pernyataan yang berbeda. Mahasiswa C sudah mempersiapkan perencanaan sebelum menjalani proses penyusunan skripsinya. Hal ini dapat dilihat dari usahanya untuk menjalani hubungan baik dengan orang-orang di lingkungan yang ditentukan untuk melakukan penelitian, sehingga memudahkannya dalam penyusunan skripsi dan menganggap skripsi bukan sebagai tugas yang sulit. Subjek D menyatakan bahwa skripsi bukanlah merupakan tugas yang sulit, hal ini dikarenakan ia sudah terbiasa membuat tugas dalam bentuk makalah, sehingga ia merasa menyusun skripsi sama halnya dengan membuat makalah. Dari hasil angket dan wawancara tersebut dapat dilihat bahwa dalam menyusun skripsi, ada mahasiswa yang merasa mampu melalui dan menghadapi kendalanya dalam

menyusun dengan mengerahkan berbagai usaha. Ada juga mahasiswa merasa ragu dapat melalui dan menghadapi kendalanya dalam menyusun skripsi, sehingga ada mahasiswa yang membutuhkan waktu yang lama dalam menyusun skripsi. Untuk menghadapi kendala yang ada ketika menyusun skripsi mahasiswa harus memiliki keyakinan diri bahwa mahasiswa bisa menyelesaikan skripsinya, karena pada dasarnya setiap mahasiswa pasti memiliki kemampuan dalam dirinya untuk menyelesaikan skripsinya.

Hal ini dapat di kaitkan dengan penelitian (Widarwati 2002) yang menjelaskan bahwa, ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan *self efficacy* pada remaja. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi *self efficacy* remaja dan semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin rendah *self efficacy* remaja. Remaja dalam penelitian ini mempunyai dukungan sosial keluarga yang tinggi dan *self efficacy* yang sedang.

Berarti masih terdapat 76,5% faktor-faktor lain yang mempengaruhi *self efficacy* pada remaja, yaitu keberhasilan remaja dalam menyelesaikan tugas sebelumnya (*mastery experiences*), pengalaman sukses orang lain sebagai model (*vicarious experiences*), serta kondisi psikologis dan emosional dari remaja.

Berdasarkan penjelasan berikut jika dikaitkan dengan faktor yang mempengaruhi *self efficacy* melalui pendapat para ahli bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh pada kesejahteraan psikis seseorang baik secara langsung maupun tidak langsung (Tahmasbipour & Taheri, 2012; Torres & Solberg, 2001).

Johnson dan Jhonson (1991) juga berpendapat bahwa, dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan. Ahli lain mengungkapkan pendapat yang hampir serupa mengenai dukungan sosial, yaitu Sarafino (dalam Smet, 1994) yang menyatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu kesenangan yang dirasakan sebagai perhatian, penghargaan dan pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok. Lingkungan yang memberikan dukungan tersebut adalah keluarga, kekasih atau anggota masyarakat. Sarafino berpendapat bahwa akan ada banyak efek dari dukungan sosial karena dukungan sosial secara positif dapat memulihkan kondisi fisik dan psikis seseorang, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Pendapat lain menurut Chaplin (2005) yaitu adalah mengadakan atau menyediakan sesuatu untuk memenuhi kebutuhan orang lain, serta memberikan dorongan atau pengobatan semangat dan nasihat kepada orang lain dalam satu situasi dalam mengambil keputusan. Manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup sendiri. Dukungan sosial (King, 2010) adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik. Berdasarkan pada beberapa teori yang mengemukakan tentang dukungan sosial diatas, bahwa dukungan sosial yaitu berupa dukungan pada seseorang dalam menghadapi masalah seperti nasihat, kasih sayang, perhatian, petunjuk, dan dapat juga berupa barang atau jasa yang diberikan oleh keluarga

maupun teman. Semakin banyak orang memberikan dukungan sosial maka akan semakin sehat kehidupan seseorang.

Ketika sebuah dukungan telah di dapatkan oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi pada saat itu lah sebuah keyakinan diri individu mahasiswa berangsur-angsur bangkit yang biasa di sebut dengan *Self-efficacy*.

Berdasarkan fenomena tugas akhir pada jenjang perkuliahan strata satu yang terjadi khususnya pada mahasiswa semester akhir Universitas Raden Intan Lampung, maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *self efficacy* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi ?

### **B. Tujuan Penulisan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Dukungan Sosial dengan *self efficacy* pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

### **C. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini mempunyai beberapa manfaat yang dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis :
  - a. Diharapkan dapat menambah wawasan di bidang ilmu psikologi mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *self efficacy* pada mahasiswa semester akhir dan khusus mahasiswa psikologi.
  - b. Dapat dijadikan bahan referensi, sumbangan pemikiran dan bahan kajian dalam penelitian hubungan antara dukungan sosial dengan *self efficacy*.

2. Manfaat praktis:

- a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan bagi para mahasiswa dalam upaya menimbulkan keyakinan dalam menyelesaikan skripsi.
- b. Sebagai implikasi lebih lanjut dalam memberikan informasi guna menciptakan peningkatan kemampuan dan pemahaman mengenai pentingnya dukungan sosial dan *self efficacy* pada penyelesaian skripsi.



## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. *SELF EFFICACY***

##### **1. Pengertian *Self Efficacy***

*Self-efficacy* adalah penilaian keyakinan diri tentang seberapa baik individu dapat melakukan tindakan yang diperlukan yang berhubungan dengan situasi yang prospektif (Luthans, 2006). *Self-efficacy* ini berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. *Self-efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, dapat atau tidak dapat mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan (Alwisol, 2004). Suatu tindakan seorang individu perlu didasari yang dinamakan keyakinan, karna keyakinan yang dapat menentukan tindakan serta apa yang akan dilakukan, dan diselesaikan seseorang dalam kehidupannya.

Menurut pendapat Stajkovicj dan Luthans, *self-efficacy* mengacu pada keyakinan individu mengenai kemampuan untuk memobilisasi motivasi, sumber daya kognitif, dan tindakan yang diperlukan agar mencapai keberhasilan dalam melaksanakan tugas yang diberikan (Luthans, 2006). Myers (dalam Suseno, 2009) menyatakan *self-efficacy* berkaitan bagaimana individu merasa mampu untuk melakukan suatu hal. Motivasi adalah salah satu bentuk dorongan dan dukungan yang juga dapat mempengaruhi keberhasilan dalam suatu hal.

Allah tidak merubah Keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Lalu Baron dan Byrne (2005) juga



mendefinisikan *self-efficacy* sebagai evaluasi diri seseorang terhadap kemampuan atau kompetensi untuk menampilkan tugas, mencapai tujuan dan mengatasi rintangan. Locke (dalam Suseno, 2009) mengatakan bahwa *self-efficacy* yang tinggi akan menumbuhkan rasa percaya diri akan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas.

*Self-efficacy* adalah keyakinan individu akan kemampuannya menghasilkan tindakan yang diharapkan terhadap peristiwa yang mempengaruhi hidup mereka. *Self-efficacy* menentukan bagaimana individu merasakan, berpikir, dan memotivasi diri mereka serta bertindak, Bandura (dalam Fithri, 2009) Keyakinan memberi pengaruh pada empat hal, yaitu : proses kognitif, motivasi, afektif, dan proses seleksi.

Keyakinan seseorang dapat mempengaruhi tindakan mereka untuk memilih, seberapa besar usaha yang mereka lakukan dalam mencapai apa yang diinginkan, dan berapa lama mereka akan bertahan dalam menghadapi rintangan atau kegagalan dalam menentukan dan menjalani pilihan masa depannya, Bandura (1997). Dalam proses penyelesaian dan pemilihan tindakan yang akan dilakukan seseorang juga tercipta melalui proses terjadinya keyakinan.

*Selfefficacy* terdiri dari tiga dimensi yaitu *level*, *generality*, dan *strength*. Level berkaitan dengan keyakinan individu dalam memilih suatu tugas berdasarkan tingkat kesukaran dan kemampuannya.(Bandura dalam Matlin, 1999).*Generality* merupakan penguasaan individu terhadap bidang atau tugas pekerjaan. *Strength* merupakan tingkat kekuatan atau kemantapan individu terhadap keyakinannya. penelitian Warsito (2004) juga mengemukakan bahwa

mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan memberikan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk dapat mencapai sesuatu yang diharapkan. *Self-efficacy* diperlukan oleh mahasiswa dalam keberhasilannya menyelesaikan tugas dan dalam keyakinan tentang efektivitas kemampuan yang dimiliki untuk menentukan usahanya dalam menghadapi situasi di masa depan yang mengandung keraguan, penuh tekanan dan tidak terduga (Bandura, 1997).

Pendapat juga dari Bandura (1997) terdapat dua komponen dari *self efficacy*, yaitu:

- a. Efikasi ekspektasi, adalah keyakinan diri sendiri bahwa ia akan berhasil melakukan tindakan.
- b. Ekspektasi hasil, adalah perkiraan diri bahwa tingkah laku yang dilakukan diri itu akan mencapai hasil tertentu.

## **2 . Dimensi Self Efficacy**

Dimensi *Self efficacy* pada diri tiap individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lain. Menurut Bandura (1997) terdapat tiga dimensi *self efficacy* pada diri individu, yaitu :

- a. Dimensi tingkat (*level*)

Dimensi ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri individu mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit. Sesuai dengan batas kemampuan yang disarankan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat.

Dimensi ini memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang akan dicoba atau dihindari. Individu akan mencoba tingkah laku yang dirasakan mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang dirasakannya.

b. Dimensi kekuatan (*strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Meskipun mungkin ditemukan pengalaman yang kurang menunjang. Dimensi ini biasanya berkaitan langsung dengan dimensi level, yaitu makin tinggi taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

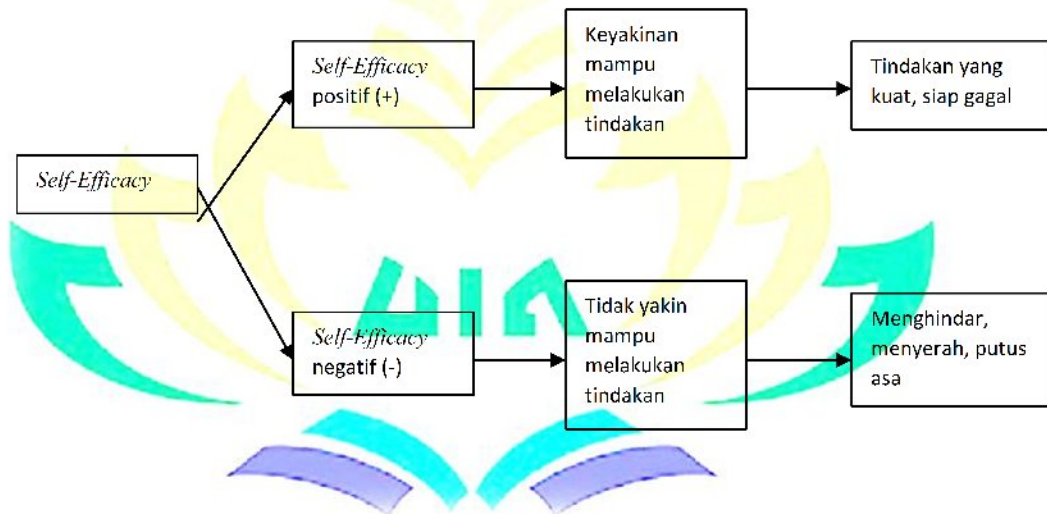
c. Dimensi generalisasi (*generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dapat merasakan yakin terhadap kemampuan dirinya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

### 3 . Tahap Perkembangan *Self Efficacy*

Pendapat bandura atau friedman (1997). *Self-efficacy* didefinisikan sebagai keyakinan (harapan) tentang seberapa jauh seseorang mampu melakukan satu perilaku dalam situasi tertentu. Serta, Bandura menyatakan bahwa *self-efficacy* menentukan apakah kita akan menunjukkan perilaku tertentu, sekuat apa kita dapat bertahan saat menghadapi kesulitan atau kegagalan, dan bagaimana

kesuksesan atau kegagalan dalam satu tugas tertentu mempengaruhi perilaku kita di masa depan. Sehingga konsep *self-efficacy* berkaitan dengan sejauh mana individu mampu memiliki kemampuan, potensi, serta kecenderungan yang ada pada dirinya untuk dipadukan menjadi tindakan tertentu dalam mengatasi situasi yang mungkin akan dihadapi di masa yang akan datang. *Self-efficacy* yang positif adalah keyakinan untuk mampu melakukan perilaku yang dimaksud (Friedman dan Schustack, 2008).



**Tabel 1.**  
**Bagan Self efficacy.**

Gambar bagan 1. *Self Efficacy* menunjukkan bahwa *self-efficacy* positif akan menghasilkan suatu perilaku atau tindakan dan *self-efficacy* negatif akan menghasilkan penghindaran terhadap tindakan.

#### 4 . Faktor-faktor yang Mempengaruhi *self-efficacy*

Menurut Bandura (Alwisol, 2004) ada beberapa faktor yang mempengaruhi *self-efficacy* yaitu:

a. Pengalaman Keberhasilan (*mastery experiences*)

Keberhasilan yang sering didapatkan akan meningkatkan efikasi diri yang dimiliki seseorang, sedangkan kegagalan akan menurunkan efikasi dirinya. Apabila keberhasilan yang didapat seseorang lebih banyak karena faktor-faktor di luar dirinya, biasanya tidak akan membawa pengaruh terhadap bahwa ia cukup mampu melakukan suatu tugas.

b. Keadaan fisiologis dan emosional (*physiological and emotional states*)

Kecemasan dan stres yang terjadi dalam diri seseorang ketika melakukan tugas sering diartikan sebagai suatu kegagalan. Pada umumnya seseorang cenderung akan mengharapkan keberhasilan dalam kondisi yang tidak diwarnai oleh ketegangan dan tidak merasakan adanya keluhan atau gangguan somatic lainnya. Efikasi diri biasanya ditandai oleh rendahnya tingkat stres dan kecemasan, sebaliknya efikasi diri yang rendah ditandai oleh tingkat stres dan kecemasan yang tinggi pula.

Pendapat yang dijelaskan (Tahmasbipour & Taheri, 2012; Torres & Solberg, 2001). Salah satu faktor yang mempengaruhi *self efficacy* adalah adanya dukungan sosial. Dukungan sosial memberikan pengaruh pada kesejahteraan psikis seseorang baik secara langsung ataupun tidak langsung.

## 5. Sumber-sumber *self efficacy*

Ada beberapa sumber *self efficacy*. Bandura (Alwisol, 2004) menyebutkan empat sumber *self-efficacy* yaitu sebagai berikut:

a. Pengalaman performansi

1. *Participant modelling* yaitu meniru individu yang berprestasi
  2. *Performance desensitization* yaitu menghilangkan pengaruh buruk prestasi masa lalu
  3. *Performance exposure* yaitu menonjolkan keberhasilan yang pernah diraih
  4. *Self Instructed performance* yaitu melatih diri untuk melakukan yang terbaik
- b. Pengalaman *vicarious*
1. *Live modelling* yaitu mengamati model yang nyata
  2. *Symbolic modelling* yaitu mengamati model simbolik, film, komik, cerita
- c. Persuasi verbal
1. *Sugestion* yaitu mempengaruhi dengan kata-kata berdasar kepercayaan
  2. *Exhortation* yaitu nasihat, peringatan yang mendesak
  3. *Self instruction* yaitu memerintah diri sendiri
  4. *Interpretive treatment* yaitu interpretasi baru memperbaiki interpretasi lama yang salah
- d. Pembangkitan emosi
1. *Atribution* yaitu mengubah atribusi, penanggungjawab suatu kejadian emosional
  2. *Relaxation biofeedback* yaitu relaksasi
  3. *Symbolic desensitization* yaitu menghilangkan sikap emosional dengan modeling simbolik
  4. *Symbolic exposure* yaitu memunculkan emosi secara simbolik *self-efficacy* dipengaruhi oleh responsif lingkungan. *Self-efficacy* yang tinggi

atau rendah, dikombinasikan dengan lingkungan yang responsif atau tidak responsif, akan menghasilkan empat kemungkinan prediksi tingkah laku. Lebih jelas dapat di lihat pada tabel . 2.

**Tabel 2. *Symbolic exposure***

Prediksi hasil tingkah laku				
Efikasi	Lingkungan		Efikasi	Lingkungan
Tinggi	Responsif	Sukses melaksanakan tugas yang sesuai kemampuannya	Tinggi	Responsif
Rendah	Tidak Responsif	Depresi melihat orang lain sukses pada tugas yang dianggapnya sulit	Rendah	Tidak Responsif
Tinggi	Tidak Responsif	Berusaha keras merubah lingkungan menjadi responsif,melakukan protes,aktivitas sosial,bahkan memaksakan perubahan	Tinggi	Tidak Responsif
Rendah	Responsif	Orang menjadi apatis,pasrah,merasa tidak mammpu	Rendah	Responsif

## 6. Self efficacy dalam prespektif Islam

Self efficacy berkenaan dengan penilaian seseorang terhadap kemampuan yakni seberapa besar keyakinannya terhadap kapasitas dan kompetensi yang dimilikinya untuk bisa menyelesaikan pekerjaan dengan sukses. Konsep yang dikemukakan oleh Prof. Albert Bandura tersebut sebenarnya telah dijelaskan dalam Al-Quran dan berkaitan dengan konsep keimanan, dalam Al-Quran Allah berfirman dalam berbagai surah memerintahkan kepada hamba-Nya untuk senantiasa yakin, teguh dan tidak besikap lemah dalam menyelesaikan tugas atau mencapai sesuatu. Seperti pada firman Allah yaitu ( Q.S AL-HAJJ: 15)



لَيَقْطَعَنَّ السَّمَاءَ إِلَى سَبَبِ فَلْيَمْدُدْهُنَّ إِلَى خِرَّةِ الدُّنْيَا فِي اللَّهِ يُنْصَرُّهُ لَنْ أَنْ يَطْنُ كَانَتْ مَنْ  
 يَغِيظُ مَا كَيْدُهُ يُذْهِبُ هَبْنِ هَلْ فَلْيَنْظُرْ

Artinya : "Barangsiapa yang menyangka bahwa Allah sekali-kali tiada menolongnya (Muhammad) di dunia dan akhirat, Maka hendaklah ia merentangkan tali ke langit, kemudian hendaklah ia melaluinya, kemudian hendaklah ia pikirkan Apakah tipu dayanya itu dapat melenyapkan apa yang menyakitkan hatinya. ( Q.S AL-HAJJ: 15)

Maksud ayat ini ialah, seandainya orang yang memusuhi Nabi Muhammad s.a.w. tidak senang atas kemajuan Islam bisa naik ke langit dan dapat melihat Keadaan di sana, tentu ia akan mengetahui bahwa kemajuan Islam yang tidak ia senangi itu tidak dapat dihalang-halangi.

أَوْ تَسِينَا إِنْ تَوَّأَخِدْنَا لَا رَبَّنَا أَكْتَثَبَتْ مَا وَعَلَيْهَا كَسَبَتْ مَا لَهَا وَسَعَهَا إِلَّا نَفْسًا اللَّهُ يَكْفُلُ لَا  
 مَا تَحْمِلُنَا وَلَا رَبَّنَا قَبْلَنَا مِنَ الَّذِينَ عَلَى حِمْلَتِهِ كَمَا إِصْرًا عَلَيْنَا تَحْمِلُ وَلَا رَبَّنَا أَخْطَا  
 نَفِيرِينَ الْقَوْمِ عَلَى فَانْصُرْنَا مَوْلَانَا أَنْتَ وَآرَحْمَنَا لَنَا وَآغْفِرْ عَنَّا وَاعْفُ بِهِ لَنَا طَاقَةَ لَا  
 الْكَ

Artinya : "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdoa): "Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau hukum Kami jika Kami lupa atau Kami tersalah. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau bebaskan kepada Kami beban yang berat



*sebagaimana Engkau bebaskan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau pikulkan kepada Kami apa yang tak sanggup Kami memikulnya. beri ma'aflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah penolong Kami, Maka tolonglah Kami terhadap kaum yang kafir." (Qs.Al-Baqarah :286).* Manusia dicontohkan untuk selalu sabar dan bertawakal dalam menghadapi hal yang sedang dihadapidalam kehidupannya.

﴿مُؤْمِنِينَ كُنْتُمْ إِنَّا لَا عَلَوْنَ وَأَنْتُمْ تَخْزُونُ وَلَا تَهْنُؤُونَ﴾

Artinya : “ janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.(Qs.Ali-Imron:139).

Sebuah keyakinan disandarkan kepada keimanan seseorang kepada Allah serta mengharap pertolongan dari-Nya. Dalam ayat-ayat Allah juga memerintahkan hamba\_Nya untuk berserahdiri, pasrah pada ketentuan yang ditakdirkan oleh Allah bersyukur atas kesuksesan yang diperoleh dan bersabar terhadap kegagalan yang didapat.

Terkait dengan konsep *self efficacy* dalam Al-Quran terkait dengan konsep keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas. adapun ayat-ayat tentang sikap tawakal dijelaskan dalam berbagai surah yaitu surah Al-Anfal ayat 2 dan surah Al-Imran ayat 159-160.

إِيمَانًا زَادَتْهُمْ ءَايَاتُهُ عَلَيْهِمْ تَلِيَتْ وَإِذَا قُلُوبُهُمْ وَجِلَتْ لِلَّهِ ذُكْرًا إِذَا الَّذِينَ الْمُؤْمِنُونَ إِنَّمَا  
 ۞ يَتَوَكَّلُونَ رَبَّهُمْ وَعَلَىٰ

Artinya: “Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayatNya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal.”

Maksudnya: orang yang sempurna imannya. Dimaksud dengan disebut nama Allah ialah: menyebut sifat-sifat yang mengagungkan dan memuliakannya.

Sedangkan ayat-ayat Al-Quran yang menjelaskan tentang sabar dan memiliki hubungan dengan *self efficacy* seseorang dalam mencapai tujuan juga dijelaskan dalam berbagai surah ialah At-Taubah ayat 51 dan Al-Imran ayat 200.

۞ الْمُؤْمِنُونَ فَلْيَتَوَكَّلِ اللَّهُ وَعَلَىٰ مَوْلَانَا هُوَ الَّذِي كَتَبَ مَا لَا يُصِيبُنَا لَنْ قُلْ

Artinya: Katakanlah: "Sekali-kali tidak akan menimpa Kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah untuk kami. Dialah pelindung Kami, dan hanya kepada Allah orang-orang yang beriman harus bertawakkal." (Q.s- at-taubah:51)

۞ تَفْلِحُونَ لَعَلَّكُمْ اللَّهُ وَاتَّقُوا وَرَابِطُوا وَصَابِرُوا وَاصْبِرُوا ءَامِنُوا الَّذِينَ يَتَأْتِيهَا

Artinya: *“Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung” (Q.s.Al-Imran:200)*

Konsep *self efficacy* yang dijelaskan dalam Al-Quran memiliki substansi yang komprehensif dan bersifat umum. Sebagaimana yang telah disampaikan sebelumnya bahwa konsep *self efficacy* dalam al-quran memiliki keterkaitan dengan konsep uluhiyyah dan konsep manusia sebagai manusia ahsan al-taqwin. Demikian substansi dalam konsep *self efficacy* yang dibahas ialah konsep keimanan. Hal-hal yang terkandung dalam konsep keimanan ada *self efficacy* yaitu:

- a. Keyakinan seseorang terhadap Allah dan harapan nya terhadap rahmat pertolongan-Nya.
- b. Adanya keterlibatan Allah dalam usaha manusia, serta
- c. Keberhasilan yang semata-mata dari Allah Swt.

Hal-hal tersebut dijelaskan dalam Al-Quran berkenaan dengan keyakinan individu dalam mencaai tujuan yang diharapkan. Adanya keimanan dalam efikasi seseorang tersebut kemudian melahirkan sikap-sikap terpuji yakni sikap tawakal kepada Allah dalam segala upaya-upayanya, sabar (konsisten) dalam rintangan kesulitan bahkan kegagalan serta bersyukur terhadap keberhasilan yang diperoleh.

Dalam konsep tersebut bertolak belakang dengan konsep yang selama ini berkembang di Barat yang tidak mengkaitkan konsep keimanan dengan *self*

*efficacy* seseorang. Ketiadaan keimanan dalam konsep tersebut berdampak pada ketadaan ekspektasi (harapan) seseorang terhadap rahmat dan pertolongan Allah (Noornajihan, 2014).

Hal tersebut yang kemudian mendasari konsep di barat bahwa kinerja seseorang dalam mengupayakan tujuan yang diinginkan menentukan hasil yang diperoleh. Menurut konsep di barat, hasil tersebut timbul dari usaha yang dilakukan. Sedangkan Al-Quran menjelaskan secara eksplisit bahwa kemenangan murni berasal dari Allah termasuk keberhasilan seseorang dalam mencapai tujuan yang diharapkan atau dalam tugas yang dibebankan kepadanya. *Self efficacy* berkaitan dengan persepsi seseorang tentang kemampuannya dalam menyelesaikan tugas atau mencapai tujuannya berpengaruh pada motivasi seseorang yang kemudian akan mendorong individu tersebut berusaha yang lebih keras. Allah Swt berfirman ( surah ar-ra'd ayat 11)

حَتَّىٰ يَقُومَ مَا يَغَيِّرُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ ۚ اللَّهُ أَمَرَ مِنْ تَحْفَظُونَهُ ۚ وَخَلْفَهُ ۚ وَمِنْ يَدَيْهِ يَبْنِي ۚ وَمِنْ مَعْقِبَتِهِ يُرْۚ  
 ۝ وَالَّذِينَ يَدْعُونَ مِنْ دُونِهِ ۚ لَمْ يَلْعَنُوا ۚ لَهُمْ مَالٌ وَبَنُونَ ۚ وَلَهُمْ أَعْلَانُ ۚ وَلَهُمْ مِمَّا فَلَاحُوا حِسَابٌ ۚ وَتِلْكَ آيَاتُ الْقَوْمِ ۚ الَّذِينَ كَفَرُوا ۚ لَئِنْ دَعَوْهُمُ إِلَىٰ سَبِيلِ اللَّهِ فَقَالُوا إِنَّهُمْ يَأْتِيهِمُ الْمَلَكُوتُ بِالْإِلَهِاتِ ۚ

Artinya : “bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah Sesungguhnya Allah tidak merubah Keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia”(Q.S Ar-Ra'd : 11).

Bagi tiap-tiap manusia ada beberapa Malaikat yang tetap menjaganya secara bergiliran dan ada pula beberapa Malaikat yang mencatat amalan-amalannya. dan yang dikehendaki dalam ayat ini ialah Malaikat yang menjaga secara bergiliran itu, disebut Malaikat Hafazhah, serta jika dikaitkan dengan *self efficacy* ataupun keyakinan diri, ayat diatas tersebut menjelaskan Allah tidak merubah Keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dengan penjelasan ayat diatas tersebut manusia dihibau untuk yakin dan bertindak dalam menyelesaikan segala urusan yang sedang dihadapi guna merubah suatu keadaan menjadi lebih baik.

## **B. Dukungan Sosial**

### **1. Definisi Dukungan Sosial**

Dukungan sosial sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang. Dimatteo (dalam Sekar & Anne, 2015). Pendapat lainnya juga menyatakan bahwa inidivu yang memperoleh dukungan sosial akan menyakini bahwa ia dicintai, dirawat, dihargai, berharga, dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya. Selanjutnya Sarafino menyatakan setiap pekerjaan yang dilakukan oleh mahasiswa tak lepadari dukungan sosial orang tua. Sarafino (dalam Tiara, 2013). Suatu dukungan sangatlah penting dalam melakukan dan menyelesaikan suatu hal.

Dukungan sosial membuat mahasiswa merasa nyaman, bersemangat dan merasa mendapatkan perhatian. Sesuai dengan temuan dari Smith dan Renk (2007) bahwa dukungan sosial diberikan oleh orang-orang yang berarti dalam

hidup seseorang akan menentukan tingkat stress akademik yang dialami mahasiswa. Ada hubungan antara tingkat stress yang berkaitan masalah akademik dengan dukungan sosial yang diterima dari orang yang berarti tersebut. Pendapat tersebut didukung oleh penelitian dari Wentzel, Battle, Russell, dan Looney, (2010) menyatakan bahwa dukungan sosial dari guru dan teman sebaya dapat mempengaruhi motivasi untuk mencapai prestasi belajar yang lebih tinggi.

Kesesuaian antara harapan penerima dukungan sosial dan pemberi dukungan sosial merupakan faktor yang penting, sehingga efek negatif dari pemberian dukungan sosial tersebut tidak dirasakan. Menurut Fisher dan Lerner (2005) kesesuaian ini penting karena menurut banyak penelitian, dukungan yang dipersepsikan diterima oleh individu lebih penting daripada dukungan sosial yang secara objektif diterima. Menurut Newland, dan Furnham, (1999) dukungan sosial yang dirasakan oleh individu (*perceived social support*) lebih berpengaruh untuk mengatasi masalah-masalah psikis daripada dukungan sosial yang benar-benar diterima oleh individu (*enacted social support*).

Hal yang diungkapkan Coyne dan Lazarus, (1980), Wills dan Langner (1980), untuk memahami fungsi dukungan sosial yang paling berkaitan dengan individu yang mengalami stress, maka perlu mempertimbangkan karakteristik dari stress psikososial tersebut (dalam Wills, 1985). Wills (1985) selanjutnya menyatakan bahwa stress terjadi apabila tuntutan dari lingkungan melebihi kapasitas kemampuan untuk melakukan koping dari individu yang bersangkutan. Akibatnya, stress bisa menimbulkan, penurunan harga diri, efikasi diri yang rendah dan menganggap kurangnya kemampuan untuk mengendalikan kejadian-



kejadian yang penting. Untuk menghadapi kondisi yang demikian fungsi dukungan sosial sebaiknya mampu menghilangkan atau menghindarkan individu dari akibat stress tersebut.

## **2. Fungsi Dukungan Sosial**

a. Cohen dan Syme (1985) mengatakan bahwa ada dua fungsi dukungan sosial yaitu sebagai aspek yang mendukung atau meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan tanpa memandang tingkat stress yang dialami. Didukung oleh penelitian Zhu, Woob, Porterb, dan Brzezinski, (2013) bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan diterima oleh individu dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif. Keuntungan langsung yang didapatkan dari dukungan sosial tersebut dikarenakan adanya pandangan bahwa ada orang lain yang akan menyediakan bantuan apabila ia mendapatkan tekanan atau hanya semata-mata ia menjadi anggota dari suatu jaringan sosial. Kesadaran bahwa ada orang lain mau memberikan bantuan akan menimbulkan pengaruh yang positif, sehingga akan mengangkat harga diri, stabilitas emosi dan kendali terhadap lingkungan. Selain itu, dari penelitiannya Kong, Zhao, dan You, (2012) diterangkan bahwa pria akan merasakan kepuasan hidup tinggi apabila menerima dukungan sosial besar.

b. Fungsi kedua dari dukungan sosial adalah melindungi individu dari pengaruh *pathogenic* dari stress. Ada dua peran yang bisa ditampilkan dukungan sosial pada fungsi ini. Pertama, dukungan sosial bisa diberikan sebagai usaha mencegah dan mengurangi respon yang menimbulkan stress. Dukungan sosial yang diberikan orang lain akan mengurangi situasi potensial yang menimbulkan stress atau

meningkatkan kemampuan untuk mengatasi tuntutan sehingga mencegah individu menilainya sebagai kondisi yang penuh tekanan (Lou, & Wang, 2009).

Kedua, dukungan sosial bisa mengurangi pengalaman akan stress atau secara langsung mempengaruhi perilaku yang berkaitan dengan penyakit dan prosesproses fisiologis. House (1981) menambahkan satu lagi, yaitu dukungan sosial dapat mempengaruhi pandangan bahwa situasi yang dihadapi penuh tekanan. Fungsi ini diibaratkan dalam sistem endokrin manusia berupa *tranquilizer*, yang mencegah individu bereaksi berlebihan terhadap stress yang dihadapi. Dukungan sosial juga mendukung perilaku sehat seperti melakukan olahraga, menghadiri seminar, keinginan untuk mengkonsumsi nutrisi yang sehat atau istirahat yang cukup (dalam Cohen & Syme, 1985). Dukungan dapat mencegah timbulnya masalahmasalah psikologis (Peng, Zhang, Li, Li, Zhang, Zuo, Miao, & Xu, 2012; Yasin, & Dzulkifli, 2010). Menurut Cutrona (2000) dukungan sosial dapat secara langsung berhubungan dengan pemecahan masalah, seperti memberikan nasihat, memberikan buku-buku untuk dipelajari atau meminjam buku-buku yang diperlukan. Dukungan sosial juga berupa upaya untuk mengurangi emosi yang negatif karena masalah yang dihadapi.

Dorongan untuk memberikan dukungan sosial akan mempertimbangkan aspek keabsahan, masuk akal dan berguna. Pertimbangan-pertimbangan tersebut perlu disadari oleh pemberi dukungan sosial. Dibalik manfaat yang dirasakan oleh penerima, ada dampak yang negatif apabila dukungan sosial tersebut tidak sesuai dengan harapan, tidak sesuai dengan karakteristik penerima ataupun sesuatu yang memberatkan pemberi, dan bagaimana dampaknya bagi hubungan sosial tersebut.



Valery, O'Connors dan Jennings (1997) mengatakan bahwa orang tua akan memberikan dukungan sosialnya secara terus menerus pada anaknya, meskipun anaknya tidak banyak meminta. Di penelitiannya diungkapkan bahwa wanita lebih banyak meminta dukungan sosial dan menerima banyak dukungan emosional dari orang tua mereka. Dukungan sosial yang dipersepsikan dan yang benar-benar diterima oleh individu tersebut sama, untuk wanita berupa dukungan emosional dan instrumental.

Jaringan kerja sama yang dialami mahasiswa antara dirinya dengan dosen pembimbing, fakultas dan teman-teman yang menyusun skripsi, merupakan sumber dukungan sosial juga. Menurut Reeve, Shumaker, Yearwood, Crowell, dan Riley, (2013) teman sebaya dan keluarga terdekat menjadi sumber dukungan sosial yang utama. Sedangkan teman satu fakultas lebih dipilih untuk meminta dukungan sosial daripada dosen dan perguruan tinggi. Dari penelitian Miller (2004) terlihat bahwa mahasiswa akan mengalami kegagalan dalam studi universitas apabila tidak memanfaatkan fasilitas yang ada di kampusnya. Demikian juga dengan adanya kerja sama antara orang-orang yang ada dalam kamus tersebut. Kecenderungan mahasiswa belajar sendiri, mengerjakan tugas di rumah dan tidak mempergunakan perpustakaan sebagai sumber referensi akan mengalami kesulitan belajar di perguruan tinggi.

Dinamika dukungan sosial memang kompleks dan luas. Proses tersebut tidak sekedar berupa jenis dukungan sosial dan sumber dukungan sosial. Aspek dari karakteristik penerima dan pemberi, sifat jaringan kerja sama, masalah yang dihadapi merupakan hal yang perlu dipertimbangkan untuk menganalisis

dukungan sosial. Mahasiswa yang menyusun skripsi merupakan masalah yang khusus, tidak bisa disamakan dengan masalah-masalah lain.

### **3. Bentuk Dukungan Sosial**

Beberapa bentuk dukungan berdasarkan Sherinda (dalam Lubis 2005) membagi dukungan sosial ke dalam lima bentuk, yaitu:

#### **a. Dukungan Emosional**

Dukungan ini membuat individu memiliki perasaan nyaman, yakin, diperlukan dan dicintai oleh pemberi dukungan sosial sehingga individu dapat mengatasi masalah dengan lebih baik. Dukungan ini sangat penting dalam menghadapi keadaan yang tidak dapat dikontrol.

#### **b. Dukungan Instrumental**

Dukungan ini berupa penyediaan materi yang dapat memberikan pertolongan langsung, seperti pinjaman uang, pemberian barang, makanan, serta pelayanan. Bentuk dukungan ini dapat mengurangi stress karena individu dapat langsung memecahkan masalahnya yang berhubungan dengan materi. Dukungan instrumental sangat diperlukan terutama dalam mengatasi masalah yang dianggap dapat dikontrol.

#### **c. Dukungan Informasi**

Dukungan ini melibatkan pemberian informasi, saran dan umpan balik tentang situasi dan keadaan individu. Jenis informasi seperti ini dapat menolong individu untuk mengenali dan mengatasi masalah dengan lebih mudah.



#### d. Dukungan pada Harga Diri

Dukungan ini berupa penghargaan diri pada individu, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu, perbandingan yang positif dengan individu lain. Bentuk dukungan ini membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi.

#### e. Dukungan dari Kelompok Sosial

Bentuk dukungan ini akan membuat individu merasa menjadi anggota dari suatu kelompok yang memiliki kesamaan minat dan aktivitas sosial dengannya. Dengan begitu individu akan merasa memiliki teman sebangun.

### 4. Sumber-sumber Dukungan Sosial

Sumber-sumber dukungan sosial banyak diperoleh individu dari lingkungan sekitarnya. Namun perlu diketahui seberapa banyak sumber dukungan sosial ini efektif bagi individu yang memerlukan. Sumber dukungan sosial merupakan aspek paling penting untuk diketahui dan dipahami. Dengan pengetahuan dan pemahaman tersebut, seseorang akan tahu kepada siapa individu akan mendapatkan dukungan sosial sesuai dengan situasi dan keinginannya yang spesifik, sehingga dukungan sosial memiliki makna yang berarti bagi kedua belah pihak. Menurut Rook & Dooley (1985) ada dua sumber dukungan sosial, yaitu :

#### a. Sumber *artifisial*

Dukungan sosial artifisial adalah dukungan sosial yang dirancang ke dalam kebutuhan primer seseorang, misalnya dukungan sosial akibat bencana alam melalui berbagai sumbangan sosial.

b. Sumber *natural*

Dukungan sosial yang natural diterima seseorang melalui interaksi sosial dalam kehidupannya secara spontan dengan orang-orang yang berada di sekitarnya, misalnya anggota keluarga, teman dekat atau relasi. Dukungan sosial ini bersifat non-formal.

#### 4. Elemen-Elemen Dukungan Sosial

Menurut stanly (2007), faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah sebagai berikut:

a. Kepentingan jasmani

Kepentingan fisik dapat berdampak pada dukungan sosial. Yang termasuk dalam kepentingan jasmani antara lain, kebutuhan sandang, pangan dan papan. Jika kebutuhan fisik ini tidak mampu terpenuhi maka seseorang akan merasa kurang dalam memenuhi kebutuhan sosialnya.

b. Interaksi Sosial masyarakat

Interaksi Sosial ialah kebutuhan akan saling berkomunikasi diantara individu satu dengan individu lainnya. Individu merupakan makhluk sosial yaitu hidup bersama dengan makhluk lainnya, untuk mencapai kebutuhan sosial sesuai yang diharapkan, individu harus memiliki nilai aktualisasi diri yang tinggi. pengaktulisasian diri ialah hasratagar dapat memerankan keahliannya, kecakapan serta keterampilannya dalam berinteraksi dengan masyarakat.



### c. Keadaan psikologis

Keadaan psikologis diantaranya adalah keinginan, perasaan terlindungi, rasa tentram serta nyaman akan tercukupi dengan dukungan dari individu lain. Apabila seseorang tengah mengalami persoalan yang rumit, kemudian individu tersebut cenderung meminta dukungan sosial dari lingkungan terdekat hingga dirinya memiliki perasaan aman, nyaman serta terlindungi dan dihargai.

## 5. Komponen Dukungan Sosial

Weiss (dalam Cutrona 1994) membagi dukungan sosial ke dalam enam bagian yang berasal dari hubungan dengan individu lain, yaitu :

*guidance, reliable alliance, attachment, reassurance of worth, social integration, dan opportunity to provide nurturance.* Komponen – komponen itu sendiri dikelompokkan ke dalam 2 bentuk, yaitu *instrumental support dan emotional support*. Berikut ini penjelasan lebih lengkap mengenai enam komponen dukungan sosial dari Weiss (dalam Cutrona, 1994):

### a. Instrumental Support

#### 1) *Reliable alliance*

Yang dimaksud dengan reliable alliance disini adalah pengetahuan yang dimiliki individu bahwa ia dapat mengandalkan bantuan yang nyata ketika dibutuhkan. Individu yang menerima bantuan ini akan merasa tenang karena ia menyadari ada orang yang dapat diandalkan untuk menolongnya bila ia menghadapi masalah dan kesulitan.

#### 2) *Guidance*

*Guidance* (bimbingan) adalah dukungan sosial berupa nasehat dan informasi dari sumber yang dapat dipercaya. Dukungan ini juga dapat berupa pemberian *feedback* (umpan balik) atas sesuatu yang telah dilakukan individu (Sarafino, 1998).

b. *Emotional Support*

Yang termasuk di dalamnya yaitu : *reassurance of worth, attachment, social integration, dan opportunity to provide nurturance.*

1) *Reassurance of worth*

Dukungan sosial ini berbentuk pengakuan atau penghargaan terhadap kemampuan dan kualitas individu (Cutrona, dkk., 1984). Dukungan ini akan membuat individu merasa dirinya diterima dan dihargai. Contoh dari dukungan ini misalnya memberikan pujian kepada individu karena telah melakukan sesuatu dengan baik.

2) *Attachment*

Dukungan ini berupa pengekspresian dari kasih sayang dan cinta yang diterima individu (Cutrona, dkk., 1984) yang dapat memberikan rasa aman kepada individu yang menerima. Kedekatan dan intimacy merupakan bentuk dari dukungan ini karena kedekatan dan intimacy dapat memberikan rasa aman.

3) *Social Integration*

Cutrona, dkk. (1984) dikatakan dukungan ini berbentuk kesamaan minat dan perhatian serta rasa memiliki dalam suatu kelompok.

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah[389], dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang, dan binatang-binatang qalaa-id, dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keredhaan dari Tuhannya dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji, Maka bolehlah

*berburu. dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka). dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya” (Q.S al-Maidah: 2).*

Dari kutipan ayat di atas dapat kita ambil penjelasan bahwa benar tolong menolong telah Allah firmankan dalam Al-Quran pada ayat di atas sehingga tidak ada alasan untuk ragu pada diri manusia untuk saling menolong kepada sesama dalam suatu kebaikan serta bertuuan untuk memberikan suatu dukungan dalam lingkup sosial.

### **C. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Self Efficacy***

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Purnamasari dan Lilis Ratna pada tahun 2010, dengan judul pembahasan yaitu Kontribusi *Self Efficacy* Terhadap penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Unnes Berkewarganegaraan Turki tahun 2010.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *self efficacy* terhadap penyesuaian mahasiswa Unnes berkewarganegaraan Turki. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian deskriptif kuantitatif korelasional. penelitian ini termasuk dalam penelitian populasi dan Analisis data

nonparametrik yang digunakan untuk mengetahui besarnya hubungan antar variabel bebas dan terikat dalam Sperman Rank.

Dalam penelitian ini diperoleh data bahwa dalam hal penyesuaian diri dan *self efficacy*, responden secara umum berada dalam kategori sedang /cukup tinggi. Hasil perhitungan korelasi sebesar 0,77, hasil perhitungan tersebut menunjukkan adanya korelasi yang positif antara variabel X dan Y. Artinya bahwa semakin baik *self efficacy* yang dimiliki oleh seorang individu maka akan semakin baik pula kemampuan penyesuaian dirinya. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima dengan hasil kontribusi *self efficacy* terhadap penyesuaian diri adalah sebesar 58,6%.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Adicondro, N., dan Purnamasari, A. (2011), Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga, dan *Self Regulated Learning* pada siswa kelas VIII. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah. Total sampel penelitian berjumlah 62 siswa yang dipilih dengan teknik *cluster random sampling*. Data di dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan skala *Self Regulated Learning*, Skala Efikasi Diri dan Skala Dukungan Sosial Keluarga. Data kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik analisis regresi. Hasil analisis data menunjukkan: (1) Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial keluarga dengan *self regulated learning* (  $r = 0,837$ ,  $p = 0,000$ ) (2) Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan *self regulated learning* (  $r = 0,836$   $p = 0,000$ ). (3). Ada hubungan positif yang sangat signifikan



antara dukungan sosial keluarga dengan *self regulated learning* (  $r = 0,418$   $p = 0,0002$ ).

Syarifa, Mustami'ah, dan Sulistiani, (2011) melakukan penelitian dengan judul Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Komitmen terhadap Tugas (*Task Commitment*) pada Siswa Akselerasi Tingkat SMA “.menunjukkan skor koefisien korelasi  $r = 0,531$  dengan ( $p$ ) 0,000 jadi  $p < 0,01$  (signifikan). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan komitmen terhadap tugas (*task commitment*) pada siswa akselerasi tingkat SMA.

Dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang di dalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosi, penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan, dimana hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya. Untuk mengukur dukungan sosial remaja, penulis menggunakan skala dukungan sosial yang disusun berdasarkan empat jenis dukungan sosial menurut Sarafino dalam Oktavia, L (2002) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi. Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skala dukungan sosial maka semakin tinggi dukungan sosialnya. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah dukungan sosialnya.

Pendapat Dimatteo (dalam Sekar & Anne, 2015) mendefenisikan dukungan sosial sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang. Menurut sarafino (dalam Tiara, 2013)

menyatakan bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial akan menyakini bahwa ia dicintai, dirawat, dihargai, berharga, dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya. Selanjutnya Sarafino menyatakan setiap pekerjaan yang dilakukan oleh mahasiswa tak lepas dari dukungan sosial orang tua. Maka dari itu dukungan sosial sangat diperlukan sesuai pernyataan yaitu Sarafino (dalam Smet, menyatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu kesenangan yang dirasakan sebagai perhatian, penghargaan dan pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok. Lingkungan yang memberikan dukungan tersebut adalah keluarga, kekasih atau anggota masyarakat. Sarafino berpendapat bahwa akan ada banyak efek dari dukungan sosial karena dukungan sosial secara positif dapat memulihkan kondisi fisik dan psikis seseorang, baik secara langsung maupun tidak langsung.

#### **D. Kerangka Berfikir**

Skripsi merupakan karya ilmiah yang wajib disusun oleh para mahasiswa Strata satu (S1) pada satu lembaga Perguruan Tinggi, baik negeri maupun swasta, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana. Selama penyusunan skripsi, mahasiswa dihadapkan pada masalah-masalah yang dapat menghambat dalam menyusun skripsi mahasiswa yang merasa kesulitan dan tidak mampu untuk menyusun skripsi dengan optimal di perlukan sebuah dukungan sosial agar terciptanya keyakinan pada diri mahasiswa agar dapat menyusun skripsi dengan baik secara optimal dan melewati kendala-kendala yang di hadapi. Sebuah dukungan yang biasa di sebut dukungan sosial sangat di perlukan pada saat mahasiswa menyusun skripsi.

Pendapat berikut dari sarafino (dalam Tiara, 2013) menyatakan bahwa inidivu yang memperoleh dukungan sosial akan menyakini bahwa ia dicintai, dirawat, dihargai, berharga, dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya. Selanjutnya Sarafino menyatakan setiap pekerjaan yang dilakukan oleh mahasiswa tak lepas dari dukungan sosial orang tua.

Berdasarkan uraian diatas, maka kerangka pikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



**Tabel3.**  
**Skema Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Self Efficacy***

Keterangan Gambar :  
X = Dukungan Sosial  
Y = *Self Efficacy*

## **E. HIPOTESIS**

Berdasarkan kerangka pikir di atas, maka dapat dirumuskan hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut ada hubungan yang signifikan antara Dukungan Sosial dengan *Self efficacy*.

### **BAB III**

#### **METODOLOGI PENELITIAN**

##### **A. Identifikasi Variabel**

1. Variabel dependen (Y) : Dukungan Sosial
2. Variabel independen (X) : *Self Efficacy*

##### **B. Definisi Operasional**

###### **1. Dukungan Sosial**

Sherinda (dalam Lubis 2005) Dukungan sosial adalah dukungan yang membuat individu memiliki perasaan nyaman, yakin, diperlukan dan dicintai oleh pemberi dukungan sosial sehingga individu dapat mengatasi masalah dengan lebih baik. Dukungan ini sangat penting dalam menghadapi keadaan yang tidak dapat dikontrol. Dukungan sosial diukur dengan menggunakan skala dukungan sosial berdasarkan komponen *instrumental support* dan *emotional support*, (Cutrona 1994). Semakin tinggi skor total dukungan sosial semakin baik dukungan sosial yang diterima, begitupun sebaliknya.

###### **2. *Self efficacy***

*Self-efficacy* adalah penilaian keyakinan diri tentang seberapa baik individu dapat melakukan tindakan yang diperlukan yang berhubungan dengan situasi yang prospektif (Luthans, 2006). *Self-efficacy* juga berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. Sedangkan dalam menyusun skripsi mahasiswa harus dapat menguasai situasi dan menghasilkan hasil (*outcome*) yang positif dari penyusunan skripsi

yang mencakup dimensi level, *strenght*, dan *generelaty*. Semakin tinggi skor total *self efficacy* semakin baik *self efficacy* yang di miliki, begitupun sebaliknya.

### C. Subjek Penelitian

Populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek yang berada pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu berkaitan dengan masalah penelitian, atau keseluruhan unit atau individu dalam ruang lingkup yang akan diteliti (Martono, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari tujuh prodi yang ada fakultas Ushuludin Universitas Raden Intan Lampung.

Menurut Azwar (2011) bahwa sampel adalah sebagian dari populasi, harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya. Pendapat yang sama dikemukakan oleh Periantalo (2016) sampel merupakan bagian dari populasi yang akan dijadikan subjek pada penelitian. Teknik yang digunakan dalam pengaambilan subjek dalam penelitian ini ialah menggunakan teknik sampling *purposive* artinya peneneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian ( Arikunto 2006).

Pada penelitian ini ciri-ciri khusus yang digunakan sebagai dasar pengambilan sampel ialah mahasiswa yang sudah melakukan proses mengerjakan skripsi.



**Tabel 4**  
**Daftar Anggota Responden**

No	Prodi	Jumlah Mahasiswa
1	SAA	6
2	IAT	9
3	PSIKOLOGI	39
4	SOSIOLOGI	46
<b>JUMLAH</b>		<b>100</b>

#### **D. Teknik pengumpulan data**

Secara umum terdapat beberapa cara dalam pengambilan data antara lain dengan menggunakan metode kuesioner atau angket, skala psikologi, metode wawancara, metode observasi, metode tes, dan metode dokumentasi (Azwar 2003). Metode pengumpulan data yang digunakan untuk mendapatkan data dan informasi yang relevan dan terkait dengan permasalahan yang diambil dalam penelitian ini adalah menggunakan skala. Skala merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengirimkan suatu daftar pertanyaan kepada responden untuk diisi dengan jujur, sungguh-sungguh dan menurut keyakinan pribadi masing-masing berdasarkan pengalaman (Hadi, 2001). Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh penelitian dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasil lebih baik, dalam arti yang lebih cermat lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2002).

Bentuk skala yang digunakan adalah skala likert. Menurut Azwar (2016) skala likert terdiri dari sejumlah pernyataan dan responden harus menjawab

pernyataan tersebut dengan memilih empat alternatif jawaban terdiri dari pernyataan *favoreble* atau pernyataan yang mendukung indikator, memihak, atau menunjukkan adanya ciri atribut yang diukur dan skor nya bergerak dari sangat setuju (SS=4), setuju (S=3), tidak setuju (TS=2), dan sangat tidak setuju (STS=1). Sedangkan pernyataan *unfavoreble* adalah pernyataan yang sipatnya tidak mendukung indikator, memihak atau mengembangkan ciri atribut yang diukur dan skornya bergerak dari sangat tidak setuju (STS=4), tidak setuju (TS=3, setuju (S=2), dan sangat setuju (SS=1).

#### **E.Validitas dan Reliabilitas Alat Pengumpulan Data**

Validitas diartikan sejauh mana alat ukur mengukur apa yang dimaksud untuk diukur (Periantolo, 2015). Validitas adalah pertimbangan yang paling utama dalam mengevaluasi kualitas tes sebagai instrument ukur. Konsep validitas mengacu pada kelayakan kebermanaknaan dan kebermanfaatan inferensi tertentu yang dapat dibuat berdasarkan skor hasil tes yang bersangkutan (Azwar, 2016).

Reliabilitas adalah suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi. Konsep reliabilitas dalam arti hasil ukur erat berkaitan dengan eror dalam pengambilan sampel subjek yang mengacu pada inkonsistensi hasil ukur apabila pengukuran dilakukan ulang pada kelompok sampel subjek yang berbeda dari suatu populasi yang sama (Azwar, 2016). Reliabilitas merupakan syarat kedua alat ukur yang baik, reliabilitas mengacu pada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur, skor reliabilitas bergerak dari 0-1 (Periantolo, 2015). Uji validitas digunakan untuk menguji kelayakan butir-butir

pernyataan yang sesuai dengan konstruk yang diukur dalam suatu kuisioner. Uji reliabilitas digunakan untuk menguji konsistensi individu dalam menjawab konstruk yang akan diukur (Azwar, 2016).

**d. Skala dukungan sosial**

skala dukungan sosial adalah skala yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial yang diperoleh individu (Ainun, 2014) terdiri dari 65 item, item-item tersebut disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial yang terdiri dari 5 aspek yaitu, dukungan emosi, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial. Skala ini telah diujicobakan oleh Ainun Ni'mah pada tahun 2014 dengan penelitian yang berjudul “hubungan antara dukungan sosial dengan *self efficacy* dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2009, hasil dari uji coba validitas dan reliabilitas menyatakan bahwa 50 item dari skala ini valid, Dengan skor korelasi sebesar 0,432 – 0,691. Skor reliabilitas untuk skala dukungan sosial sebesar 0,935 yang berarti skala dukungan sosial reliabel.

**e. Skala *Self Efficacy***

skala *Self Efficacy* adalah skala yang digunakan untuk mengukur *Self Efficacy* pada mahasiswa (Ainun, 2014) terdiri dari 65 item, item-item tersebut disusun berdasarkan aspek-aspek *Self Efficacy* yang terdiri dari 3 aspek yaitu, level atau tingkat, strength atau kekuatan dan generality. Skala ini telah diujicobakan oleh Ainun Ni'mah pada tahun 2014 dengan penelitian yang berjudul “hubungan antara dukungan sosial dengan *self efficacy* dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan

2009 . Dari uji coba validitas dan reliabilitas menyatakan bahwa 44 item dari skala ini valid. Dengan skor korelasi bergerak antara 0,471 – 0,781, dan skor reliabilitas sebesar 0,835 yang berarti reliabel.

#### **F. Metode Analisis Data**

Dalam penelitian ini, teknik analisis statistik yang dipakai untuk menguji hipotesis ialah analisis data menggunakan *korelasi produk moment*. *Korelasi produk momen* merupakan teknik statistika yang digunakan untuk menguji ada tidaknya hubungan antara variabel tergantung dan variabel bebas yang bersifat interval atau rasio (Suseno, 2016). pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi *software SPSS for windows 17*.



## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Orientasi Kancan**

##### **1. Orientasi Kancan Penelitian**

Fakultas ushuluddin adalah salah satu dari fakultas yang berdiri dalam payung hukum UIN Raden Intan Lampung. Fakultas Ushuluddin berdiri dalam rangka memenuhi permintaan masyarakat agar UIN Raden Intan mampu melahirkan sarjana muslim yang mampu memegang peranan penting dalam meningkatkan mutu, umumnya bagi masyarakat Sumatera bagian selatan dan khususnya bagi masyarakat Lampung. tantangan yang diberikan masyarakat terhadap UIN Raden Intan itulah yang melatar belakangi berdirinya fakultas Ushuluddin dalam lingkungan UIN Raden Intan Lampung.

Kehadiran Fakultas Ushuluddin sebagai bagian terintegral dari UIN Raden Intan Lampung memberikan warna tersendiri, dimana fakultas ini dapat menjadi sarana yang tepat untuk mencetak calon-calon sarjana yang berperan dalam hubungan sosial kemasyarakatan dengan di dasari oleh norma-norma agama yang menjadilandas teori dalam menciptakan masyarakat madani.

##### **2. VISI Fakultas Ushuludin**

Sebagai salah satu Fakultas yang ikut berperan terwujudnya Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung sebagai rujukan Internasional dalam pengembangan ilmu keislaman integratif berwawasan lingkungan tahun 2035.

### **3. MISI Fakultas Ushuludin**

- a. Menyelenggarakan pendidikan ilmu keislaman integratif berwawasan lingkungan yang memiliki keunggulan dan daya saing internasional
- b. Mengembangkan riset ilmu keislaman integratif yang relevan dengan kebutuhan masyarakat dan pengembangan ilmu lingkungan
- c. Menyelenggarakan pengabdian berbasis riset untuk kepentingan pengembangan masyarakat dan lingkungan.

## **B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian**

### **1. Persiapan Administrasi**

Persiapan penelitian diawali dengan mengurus surat izin pelaksanaan penelitian dari fakultas Ushuludin Universitas Raden Intan Lampung. Pada tanggal 11 Maret 2019.

### **2. Pelaksanaan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini dilakukandi Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung pada tanggal 13-16 Februari 2019. Penelitian dilakukan dengan cara menyebar skala dukungan sosial dan skala *Self efficacy* di Fakultas Ushuluddin kepada masing-masing subjek penelitian. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa di Fakultas Ushuluddinyang sedang mengerjakan skripsi Pada angkatan 2015 berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.



**Tabel 5**  
**Daftar Anggota Responden**

No	Prodi	Jumlah Mahasiswa
1	SSA	6
2	IAT	9
3	PSIKOLOGI	39
4	SOSIOLOGI	46
<b>JUMLAH</b>		<b>100</b>

### C. Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa fakultas ushuluddin UIN Raden Intan Lampung yang sedang mengerjakan skripsi pada angkatan 2015 baik laki-laki maupun perempuan.

**Tabel 6**  
**Deskripsi Subjek Penelitian**

Jenis Kelamin	Jumlah
Laki-laki	50
Perempuan	50
<b>Jumlah</b>	<b>100</b>

#### 2. Statistik Deskriptif Data Penelitian

Data yang ditabulasi merupakan data yang sesuai dengan jawaban responden atas pernyataan yang ada dalam penelitian. Dalam pengolahan data, pernyataan-pernyataan tersebut diberi nilai 1-4 untuk dukungan sosial dan 1-4 di *self efficacy*. Data hasil tabulasi diolah menggunakan SPSS for windows 17, yang menghasilkan deskripsi statistik seperti pada tabel. 7

**Tabel 7**  
**Statistik Deskriptif**

Variabel	$\Sigma$ Item	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
		Min	Maks	Mean	Sd	Min	Maks	$\mu$	$\sigma$
Dukungan sosial	25	63	99	79	7,0 31	25	100	50	13
Self efficacy	51	133	168	140	11, 44 9	43	172	43	22

Berdasarkan hasil dari deskripsi data penelitian, maka dapat dilakukan pengkategorisasian skor pada kedua variabel. Kategorisasi variabel bertujuan menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang telah diukur. Kategorisasi didasarkan pada nilai mean hipotetik pada masing-masing variabel yang secara terperinci dapat dilihat pada tabel 9.

**Tabel. 8**  
**Kategorisasi Nilai Variabel Dukungan Sosial**

Kategori	Rentang skor	Frekuensi	%
Tinggi	$75 \leq X$	70	70 %
Sedang	$50 \leq X < 75$	30	30 %
Rendah	$X < 50$	0	0 %
<b>Jumlah</b>		<b>100</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel. 9 di atas ditemukan bahwa 70% dari 100 responden memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi, 30 % memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang, dan 0 % memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah.

**Tabel 9**  
**Kategorisasi Nilai Variabel Self Efficacy**

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	%
Tinggi	$153 \leq X$	85	85 %
Sedang	$102 \leq X < 153$	15	15 %
Rendah	$X < 102$	0	0 %
Jumlah		100	100 %

Berdasarkan tabel.10 di atas ditemukan bahwa 85 % dari 100 responden memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi, dan 15 % memiliki tingkat *self efficacy* yang sedang.

### 3. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebelum uji hipotesis. Uji ini terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji asumsi dilakukan agar terlihat apakah suatu hasil penelitian memenuhi syarat untuk melakukan uji analisis selanjutnya. Hal ini dilakukan agar tidak terjadi kesalahan ketika menarik kesimpulan. Uji ini dilakukan dengan menggunakan program komputer *Statistical Package For Social Science (SPSS) For windows 17*.

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah sebaran data variabel bebas dan tergantung berdistribusi normal atau tidak. Distribusi dikatakan normal apabila  $p > 0.05$ , sebaliknya jika  $p < 0.05$  maka distribusi dikatakan tidak normal. Teknik yang digunakan untuk uji normalitas adalah teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji normalitas yang dilakukan pada kedua variabel menunjukkan distribusi yang normal. Uji normalitas variabel dukunagn sosial menunjukkan distribusi normal dengan angka K-SZ sebesar

0,793 dengan harga  $p=0,556$  ( $p>0,05$ ), sedangkan untuk variabel dukungan *selfefficacy* menunjukkan distribusi yang normal dengan angka K-SZ sebesar 0,686 dengan harga  $p=0,735$  ( $p>0,05$ ),

**Tabel 10**  
**Rangkuman Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Rata-rata	SD	K-S	Taraf signifikansi	Ket.
Dukungan sosial	79.340	7.031	0.793	$>0,05$	normal
Selfefficacy	166.340	12.462	0.686	$>0,05$	normal

#### b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel dependen dan variabel independen mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Uji ini biasanya digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi dan regresi linear. Pengujian pada SPSS dengan menggunakan *Test for Linearity* pada taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan linear apabila signifikansi (linearity) kurang dari 0,05. Berikut tabel hasil uji linearitas:

**Tabel 11**  
**Uji Linearitas dukungan sosial dan self efficacy**

Variabel	Sig. Deviation From Linearity	Taraf Signifikansi	Keterangan
<i>Self efficacy</i> Dukungan sosial	1,046	( $p>0,05$ )	Linier

Berdasarkan hasil uji linearitas diatas di peroleh nilai F Linearity 1,046 dengan  $p= 0,647$  ( $p>0,05$ ) sehingga dapat dikatakan bahwa hubungan antara Dukungan Sosial dan *Self Efficacy* dinyatakan linear.

#### 4. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi product moment. Untuk mempermudah dalam menganalisis data, semua pengolahan data akan dilakukan dengan menggunakan program *SPSS For Windows 17*.

Menurut Sugiyono (2012) besarnya koefisien korelasi sebagai berikut :

0,00 – 0,199	: korelasi sangat rendah
0,20 – 0,399	: korelasi rendah
0,40 – 0,599	: korelasi sedang
0,60 – 0,799	: korelasi kuat
0,80 – 1,000	: korelasi sangat kuat

Adapun hasil pengujian korelasi product moment dapat dilihat pada tabel 13.

**Tabel 12**  
**Hasil Uji Korelasi Product Moment**  
**Correlations**

		Dukungan sosial	Self efficacy
Dukungan sosial	Pearson Correlation	1	.523 <sup>*</sup>
	Sig. (2-tailed)		.035
	N	100	100
Self efficacy	Pearson Correlation	.523 <sup>*</sup>	1
	Sig. (2-tailed)	.035	
	N	100	100

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Dari hasil analisis korelasi product moment ( $r$ ) didapat korelasi antara self efficacy dengan dukungan sosial ( $r$ ) adalah 0.523 dengan  $p$

$=0.035(p<0,05)$ . Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self efficacy*. Sedangkan arah hubungan adalah positif karena nilai  $r$  positif. Maka dari itu semakin tinggi tingkat dukungan sosial seseorang maka akan semakin tinggi tingkat *self efficacy* begitupun sebaliknya.

**a. Uji Determinasi ( $R^2$ )**

Hasil uji determinasi ( $R^2$ ) dapat dilihat dari nilai koefisien determinasi pada tabel 14.

**Tabel 13**  
**Uji Determinasi ( $R^2$ )**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
SELFEFFICACY * DUKUNGANSOSIAL	0,523	0,308	0,772	0,596

Berdasarkan tabel di atas diperoleh angka  $R^2$  (*R square*) sebesar 0,308 atau (30,8 %). Hal ini menunjukkan bahwa presentase sumbangan efektif Dukungan Sosial terhadap *Self Efficacy* sebesar 30,8 % dan 69,2 % sisanya dijelaskan atau dipengaruhi oleh variabel lain.



#### D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *self efficacy* pada mahasiswa difakultas ushuluddin. Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self efficacy* yang ditunjukkan oleh angka koefisien korelasi sosial ( $r$ ) adalah 0.523 dengan  $p = 0.035$  ( $p < 0,05$ ). berarti ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self efficacy*. Nilai  $r_{xy}$  menunjukkan arah hubungan yang positif dari kedua variabel, yang berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula *self efficacy*, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula *self efficacy*.

Sumbangan efektif yang diberikan variabel dukungan sosial terhadap *self efficacy* sebesar 30,8% sedangkan 69,2% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini, seperti *perfeksionisme*, harga diri, dan lain-lain.

Dari hasil perhitungan yang diperoleh mahasiswa yang memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi sebesar 85% dari 100 responden, 15% dari 100 responden dengan tingkat *self efficacy* yang sedang dan 0 % dengan tingkat *self efficacy* yang rendah. Sedangkan berdasarkan hasil dari perhitungan diperoleh, mahasiswa yang memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi sebanyak 70% dari 100 responden, 30% dari 100 responden memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang dan 0% tingkat dukungan sosial yang rendah.

Dukungan sosial pada penelitian ini yang berupa saran, nasihat, bimbingan merupakan bentuk dari faktor bujukan sosial yang berpengaruh terhadap *self efficacy* bagi remaja. seperti Bandura (1986) menjelaskan individu yang diarahkan dengan saran, nasihat dan bimbingan dapat meningkatkan kemampuannya tentang kemampuan-kemampuan yang dimilikinya sehingga membantu individu tersebut mencapai tujuan yang diinginkan. Bujukan sosial akan efektif jika orang yang melakukan bujukan sosial mempunyai kekuasaan dan dipercaya oleh individu tersebut. Dalam ranah Bagi remaja, bujukan sosial akan efektif jika dilakukan oleh keluarga. Keluarga merupakan lingkungan utama dan pertama yang banyak memberikan pengaruh bagi perkembangan anggotakeluarga terutama anak (Afiatin, 1991).

Oleh karena itu seorang remaja tidak akan meninggalkan keluarganya secara penuh tetapi mereka mendefinisikan ulang tentang bentuk hubungan mereka dengan anggota keluarganya (Stewart dan Koch, 1983). Pendefinisian ulang hubungan antara remaja dengan keluarganya berkaitan dengan tugas-tugas perkembangan remaja, terutama yang berkaitan dengan tugas akademiknya.

Pendapat yang di ungkapkan Havighurst (dalam Mönks, dkk, 1998) remaja seharusnya sudah dapat mandiri secara ekonomi dan mendapatkan kebebasan emosional dari orang tua atau orang dewasa lainnya. Namun kenyataannya remaja di Indonesia secara ekonomi dan emosional masih ada ikatan dengan orangtua. Remaja masih membutuhkan bimbingan dan menerima petunjuk dari orangtua. Besarnya otorita keluarga menyebabkan nasihat, saran dan bimbingan dari keluarga mempengaruhi keyakinan individu tentang kemampuan

dirinya dalam menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan. Nasihat, saran dan bimbingan ini merupakan bentuk dukungan sosial dari keluarga kepada remaja. Bentuk dukungan sosial keluarga yang lain dapat berupa pujian, penghargaan, penilaian, bantuan peralatan dan keuangan (Housedan Kahn, 1985).

Remaja yang memiliki *self efficacy* tinggi akan lebih aktif dan lebih giat dalam berusaha serta lebih berani dalam menetapkan tujuan yang ingin dicapai. Remaja yang mempunyai *self efficacy* mempunyai motivasi yang tinggi dan lebih berani menetapkan tujuan yang ingin dicapai sehingga mempunyai prestasi akademik yang tinggi. Remaja yang memiliki *self efficacy* yang rendah akan mudah putus asa dan mempunyai keraguan akan kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas. Remaja yang mempunyai *self efficacy* yang rendah akan bekerja di bawah kemampuan yang sebenarnya sehingga prestasi akademiknya lebih rendah dari potensi mereka yang sebenarnya.

Karakteristik remaja yang berada pada masa peralihan juga tidak dapat diabaikan begitu saja dalam pembentukan *self efficacy* pada diri remaja. Ketika anak menginjak masa remaja maka terjadi dua macam gerak dalam perkembangan sosial anak, yaitu memisahkan diri dari orangtua dan yang lain menuju ke arah teman-teman sebaya (Mönks, dkk, 1998). Pada masa remaja pengaruh kelompok sebaya semakin kuat walaupun bukan berarti remaja meninggalkan keluarganya secara penuh, Remaja tidak hanya mendapatkan informasi dan nilai-nilai dari keluarganya saja tetapi juga melalui sekolah dan kontak dengan teman sebaya. Semua faktor-faktor tersebut juga tidak dapat dikesampingkan begitu saja dalam memahami *self efficacy* pada diri remaja.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut :

$r_{xy} = 0,523$  dengan  $p = 0,035$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *Self Efficacy*. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi *self efficacy*. Adapun  $R^2$  ( *R square* ) sebesar 0,308 atau (30,8 %), hal ini menunjukkan bahwa presentase sumbangan efektif dukungan sosial terhadap *Self Efficacy* sebesar 30,8 %.

#### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan hasil yang diperoleh, maka dengan ini peneliti memiliki saran sebagai berikut :

##### **1. Bagi Subjek Penelitian**

Kepada subjek penelitian diharapkan dapat mempertahankan kemandirian dirinya. Selalu berpikir positif terhadap diri sendiri mengenai kemampuan yang ada dalam dirinya sendiri untuk menghadapi berbagai keadaan, kemampuan mental atau psikologis seseorang.

##### **2. Bagi Orangtua**

Setiap orangtua hendak nya memberikan pengetahuan yang cukup tentang pentingnya memiliki sikap yang mandiri, dan yang jauh lebih penting ialah orangtua memberikan dukungan sosial bagi anak remaja mereka, tidak mengintimidasi seorang anak.

### 3. Bagi Pihak Universitas

Pihak Universitas memberikan fasilitas yang memadai untuk mengembangkan potensi mahasiswa agar menjadi generasi yang mandiri. Dosen memberikan arahan serta bimbingan yang selaras.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat meneliti lebih lanjut mengenai *Self Efficacy* dengan melibatkan subjek yang berbeda serta melakukan penelitian lebih lanjut di Universitas lain di Indonesia dengan jumlah subjek laki-laki dan perempuan yang seimbang. Peneliti selanjutnya diharapkan juga dapat mengungkap variabel lain, seperti kepribadian, kepercayaan diri, kecerdasan emosional dll.



## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2004). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press. *Dalam journal penelitian sosial keagamaan, vol.7,no,2 juli-desember 2014.*
- Azwar, S. (2003). *Metode penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: The Exercise Of Control*, New York: W.H. Freeman and Company. *Journal hubungan antara distress dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. Talenta Psikologi. Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sahid Surakarta. Vol. II, No 2*
- Baron, R.A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial* (Edisi ke 10). Jakarta. Erlangga. *Dalam journal penelitian sosial keagamaan, vol.7,no,2 juli-desember 2014.*
- Cutrona. C. E. , et. AL. (1994). Perceived parental social support & academic achievement. An Attachment Theory Perspective. *Journal Of Personality and Social Psychology*
- Cooper, C. L & Watson, M. (1991). *Cancer & stress : Psychological, Biological and Coping Studies*.
- Cutrona, C.E. (2000). Social support principle for strengthening families, dalam *Family support, direction from diversity*, diedit oleh John Canavan, Pat Dolan dan John Pinkerton. London: Jessica Kingsley Publisher
- Desmita. (2005). *Pesikologi perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dayaksini. (2003). *Psikologi sosial*. Malang. UMM
- Gunawati, R., Hartati, S., & Listiara, A. (2006). Hubungan antara efektifitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi UNDIP, Vol. 3, No. 2 Desember.*
- Johnson, D.W. & Jhonson, F.P. (1991). *Joining Together: Group Theory and Group Skills*. Fourth Edition. London: Prentice Hall International. *Journal hubungan anantara dukungan sosial dengan depresi pada lanjut usia, 65.*
- Martono, N. (2012). *Model Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Nunnally, J. (1967). *Psychometric Methods*. New York: McGraw-Hill.



- Oktavia, L dan Basri, A.S. (2002). Hubungan Antara Dukungan Sosial Yang Diterima Secara Nyata dengan Ada atau Tidaknya Gangguan Depresi Pasca Persalinan Pada Ibu Dewasa Muda. *Jurnal Psikologi Sosial*. ISSN 08533997. Volume 8. Nomor 1.
- Peng, L., Zhang, J., Li, M., Li, P., Zhang, Y., Zuo, X., Miao, Y., & Xu, Y. (2012). Negative life events and mental health of Chinese medical students: The effect of resilience, personality and social support. *Psychiatry Research*, 196.
- Periantolo, Jelpa. (2015). *Penyusunan skala psikologi; Asyik, Mudah & Bermanfaat*. Yogyakarta; Putaka Pelajar
- Rook & Dooley. (1985). Dukungan sosial. <http://www.e-Psikologi.com>.
- Santrock, J. W. (1996). Adolescence. USA : Mc Graw-Hill Companies, Inc.
- Sarafino, E. P. (1990). Health psychology : biophysical Interactions. Toronto : John Wiley & Sons.
- Sumaryno. 1994. Nilai penting Dukungan Sosial terhadap Motif Berprestasi pada Tenaga Akademik. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Sarafino, E. P. (1994). Health psychology. New York : John Wiley & Sons, Inc.
- Sekar, R.A & Anne, F. (2013). *Jurnal hubungan antara distress dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. Talenta Psikologi. Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sahid Surakarta. Vol. II, No 2*
- Sarafino, E. P. (1998). Health psychology : Biopsychological Interactions (4rd ed). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarason, B. & Gregory. (1990). Social support : An Interactional View. New York: John Wiley & Sons.
- Smith, T., & Renk, K. (2007). Predictor of academic-related stress in college students: An examination of coping, social support, parenting, and anxiety, *NASPA Journal Vol. 44, No. 3*
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sya'ban, H. (2006). Menyusun skripsi hanyalah formalitas? *dalam jurnal psikologi undip vol.12 no.1*
- Tahmasbipour, N., & Taheri, A. (2012). A survey on the relation between social support and mental health in students Shahid Rajaee University. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 47.

Thoits, P.A. (1986). Social Support As Coping Assistance. *Journal of Consulting And Clinical psychology*.

Taylor, S.E. (1995). *Health Psychology*. Third Edition. New York : Mc Graw-Hill Companies.

Stanley & Beare. 2007. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.

